

Lit-Control pH Down

unterstützt Sie bei Ihrer
gesunden Ernährung

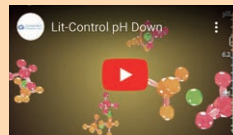
Lit-Control pH Down

bei infektiösen
Nierensteinen

(z. B. bei Struvit- oder
Carbonat-Apatit-Steinen)



- ▶ Senkt den pH-Wert des Harns und hilft so, zu alkalischen Harn zu normalisieren
- ▶ Verringert das Wachstum von Urease-positiven Bakterien
- ▶ Hemmt die Kristallbildung



Ein erklärendes Video sehen
Sie auf www.nierensteine.at

60 Kapseln/Packung

Dosierung:

2 Kapseln/Tag 1-0-1



Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) zum Diätmanagement bei Nierensteinen.
Erhältlich in der Apotheke.



Glutenfrei
(auch bei Zöliakie
geeignet)



Laktosefrei



Vegan



devicare
TAKING CARE OF YOU



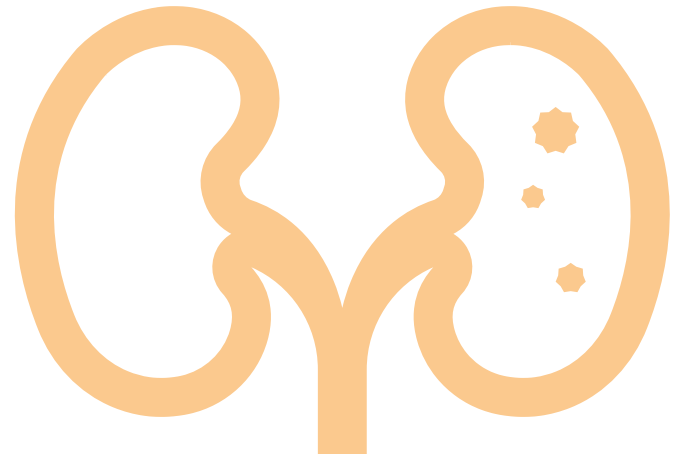
www.lit-control.at
www.nierensteine.at



**GERMANIA
PHARMAZEUTIKA**

Germania Pharmazeutika Ges. m. b. H.
Schuselkagasse 8 · 1150 Wien
Tel. +43 (0)1 982 33 99
Fax +43 (0)1 982 33 99-24
office@germania.at · www.germania.at

Bei infektiösen Nierensteinen



Tipps und Empfehlungen

Ernährungstipps bei zu hohen pH-Werten des Harns

Einige Empfehlungen*, wie Sie mit einer ausgewogenen Ernährung das Auftreten von Nierensteinen vermeiden können



Lebensmittel, die Sie reduzieren sollten:
Keine Einnahme von Basenpulver

Basische Lebensmittel mit negativem PRAL-Wert*



Spinat



Zitrusfrüchte



Trockenfrüchte

Phosphatreiche Lebensmittel



Cola



Schmelzkäse (z. B. Toastkäse)



Fertiggerichte

Mineralwasser mit hohem Bicarbonatgehalt



Salz



Alkoholische Getränke



Empfohlene Lebensmittel:

Lebensmittel mit hohem Phytatgehalt



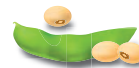
Naturreis



Vollkorn



Weizenkeime, Kleie/Hafer



Soja



Vollkornbrot



Nüsse, Samen



Quinoa

Saure Lebensmittel mit positivem PRAL-Wert*



Milchprodukte



Preiselbeersaft



Teigwaren



Fisch



Schinken



Eier



Huhn

* PRAL-Werte nach Remer et al., Journal of the American Dietetic Association 1995; 95 (7): 791-7

Wie können Sie die Gesundheit Ihrer Harnwege unterstützen?



Machen Sie regelmäßig Bewegung



Achten Sie auf einen gesunden Lebensstil



Trinken Sie mind. 2 Liter täglich (vorzugsweise Wasser)



Ernähren Sie sich gesund und abwechslungsreich

Für weitere Informationen empfehlen wir die Ernährungsberatung einer Fachkraft. Angaben diätologisch geprüft.

FEDERLEICHT.AT
diät-ernährungs-beratung

Lit-Control pH Down
senkt den pH-Wert des Harns und hemmt die Kristallisation

